

PROGRAMACIÓ PRIMAVERA 2020



AJUNTAMENT DE REUS
Regidoria de Participació,
Bon Govern i Serveis Generals

centres
cívics
de Reus





Carles Pellicer i Punyed
Alcalde de Reus

UN PAS MÉS

La xarxa de Centres Cívics de la ciutat us acosta la nova programació d'activitats que s'allargaran fins al mes de juny, i que al costat de propostes ja consolidades de fa anys inclouen nous formats i propostes destacades com la celebració de la diada de Sant Jordi. Atenent a les diferents expectatives dels usuaris, la programació fa un pas més en l'aposta per obrir portes al coneixement i afermar les relacions entre les persones i amb el paisatge que ens identifica.

Una vegada més, doncs, us acostem una programació àmplia amb propostes per a tots els gustos que renova el compromís dels centres cívics amb les persones, destinatàries i protagonistes principals de les activitats que teniu ja a la vostra disposició.



Montserrat Flores Juanpere

*Regidora de Participació,
Bon Govern i Serveis Generals*

UN PAS MÉS

Al costat d'una àmplia oferta de cursos i tallers, la xarxa de Centres Cívics amplia la programació dels propers mesos amb noves propostes de format més reduït, especialment dedicades al públic familiar, i fa un pas més en la voluntat d'obrir portes als equipaments i enfortir el coneixement de la ciutat i de l'entorn.

Són algunes de les novetats d'una programació àmplia i diversa que hem fet prenent bona nota de l'acollida de propostes anteriors i, sobretot, de les expectatives de les persones a les quals donem servei, amb el desig que els centres cívics siguin la casa de tothom. En definitiva, enfortint la voluntat de proximitat d'uns equipaments que són referents destacats de la dinàmica ciutadana.

Centres Cívics de Reus

***Amb tu
des de sempre!***

com a casa fem un cafè?

punt d'intercanvi de llibres

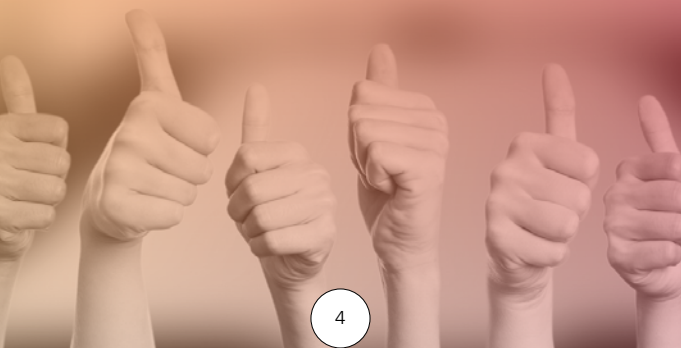
wi-fi *espais de trobada*

quedem al centre cívic?

llegir el diari *zona de lectura*

demana el teu espai *ordinadors d'accès lliure*

de 8.00 a 22.00 h





ARTS ESCÈNIQUES I MUSICALS



GUIARRA INFANTIL

Aprèn les nocions bàsiques i fes exercicis per tocar les teves cançons favorites.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 18.45 a 20.15 h • **Mas Abelló** / **81,00 €** C. 20200241

GOSPEL

Vine a cantar cançons i himnes populars a l'estil gospel.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.30 a 21.00 h • **Mas Abelló** / **96,75 €** C. 20200268

GUIARRA

Aprèn les nocions bàsiques i fes exercicis per tocar les teves cançons favorites.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 18.45 a 20.15 h • **Mas Abelló** / **96,75 €** C. 20200144

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.45 a 20.15 h • **Mas Abelló** / **96,75 €** C. 20200145

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 18.45 a 20.15 h • **Mas Abelló** / **96,75 €** C. 20200146

Dijous • 20.15 a 21.45 h • **Mas Abelló** / **96,75 €** C. 20200147

LLENGUATGE MUSICAL

Taller per aprendre a llegir les partitures i poder tocar les teves cançons.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.30 a 19.30 h • Mas Abelló / 64,50 € C. 20200143

PREPAREM UN MUSICAL

Si vols participar a un musical vine a gaudir tocant, ballant, cantant...

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 17.30 a 19.00 h • Mas Abelló / 96,75 € C. 20200271

TECLAT ELECTRÒNIC

Amplia coneixements sobre les prestacions del teu teclat.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.30 a 19.30 h • Mas Abelló / 96,75 € C. 20200269

TIMBAL

Si t'agrada la percussió, comença pel timbal.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dijous • 18.00 a 19.00 h • Mas Abelló / 64,50 € C. 20200148





ARTS PLÀSTIQUES I MANUALS



DIBUIX INFANTIL

Per a nenes i nenes que els agradi dibuixar i tinguin ganes d'aprendre i provar diferents tècniques pictòriques.

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 17.30 a 19.00 h • Migjorn / **81,00 €** C. 20200104

ART I CREACIÓ

Endinsa't en el versàtil món del collage, del decoupage, pintura de figures, teules, ampolles, caixes de fusta... Descobreix la creativitat que portes dins i experimenta a través de diferents suports i tècniques d'expressió, recursos i materials.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 09.00 a 11.00 h • Migjorn / **87,00 €** C. 20200044

Dijous • 17.15 a 19.15 h • Llevant / **87,00 €** C. 20200101

COSTURA PER A APRENENTS: BOSSES, COIXINS I NECESSERS

Amb el fil i l'agulla podràs aprendre a tallar, cosir, embastar, prendre mides, familiaritzar-te amb la màquina de cosir per acabar fent senzilles peces de roba.

DEL 6 AL 27 DE MARÇ

Divendres • 16.30 a 18.00 h • Llevant / **24,00 €** C. 20200102



CURS DE LETTERING

Si ets dels qui estima el paper en plena era digital aprendrem a fer cal·ligrafia de forma creativa amb traç, dibuix i decoració de lletres.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 18.30 a 20.00 h • Del Carme / 65,25 € C. 20200103

FIL, AGULLA I MÀQUINA DE COSIR

Aprèn l'art de la costura, des d'un simple botó i cremallera, passant per saber dominar la màquina fins a l'elaboració de les peces de roba més treballades.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 09.30 a 11.30 h • Llevant / 87,00 € C. 20200105

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 18.00 a 20.00 h • Llevant / 87,00 € C. 20200106

LLAPIS I PINZELL, DIBUIXA I PINTA

Aprofundir en el món del dibuix i la pintura tant en la vessant tècnica com en la recerca d'un llenguatge propi. Practicarem diferents tècniques com el dibuix, l'oli, el pastel i l'aquarel·la.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 17.00 a 19.00 h • Llevant / 87,00 € C. 20200107

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 16.00 a 18.30 h • Llevant / 108,75 € C. 20200108

PATCHWORK

Aprofita tots els retalls de casa! Podem realitzar magnífics treballs!

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 10.00 a 12.00 h • Del Carme / 87,00 € C. 20200263



PINTURA A L'OLI, PASTEL, AQUAREL·LA I ACRÍLIC

Aprofundir en el món del dibuix i la pintura tant en la vessant tècnica com en la recerca d'un llenguatge propi. Practicarem diferents tècniques com el dibuix, l'oli, el pastel i l'aquarel·la.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 10.00 a 12.00 h • Del Carme / 87,00 € C. 20200113

PUNT DE MITJA I GANXET CREATIU

Taller tant per a principiants, per començar de zero, com per a qui ja en sap i vol practicar, aprendre coses noves i compartir idees.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.00 a 20.00 h • Migjorn / 87,00 € C. 20200114

PUNTILLISME

Tècnica artística que consisteix en fer una obra mitjançant punts diminuts amb pintura acrílica. Té l'origen en el neoimpressionisme i es pot pintar en qualsevol suport (fusta, vidre, llenç, roba...). Descobreix-la i t'enganxaràs.

DEL 3 AL 24 DE MARÇ

Dimarts • 18.30 a 20.00 h • Llevant / 24,00 € C. 20200115

RESTAURACIÓ DE MOBLES ANTICS

Les tècniques bàsiques per recuperar o restaurar allò que el pas del temps ha deixat en els mobles de fusta: desinfectar, decapar, netejar, reparar, envernissar o embellir.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 19.00 a 21.00 h • Migjorn / 96,00 € C. 20200116

Dilluns • 16.30 a 18.30 h • Mestral / 96,00 € C. 20200117

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 21.00 h • Mestral / 96,00 € C. 20200118

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 17.00 a 19.00 h • Mestral / 96,00 € C. 20200119

Dijous • 19.00 a 21.00 h • Mestral / 96,00 € C. 20200120

T-SHIRT BUNNY

Reciclant aquella samarreta que ens encanta però ja no ens posem, podem crear un nou i tendre amic per als més petits de casa (o per a nosaltres).

DEL 19 DE MARÇ AL 2 D'ABRIL

Dijous • 20.00 a 21.30 h • Del Carme / 18,00 € C. 20200121

TALLER DE NEEDLE FELTIES

Creació de ninotets adorables amb la tècnica de llana feltrada amb agulla.

DEL 7 AL 21 DE MAIG

Dimarts • 20.30 a 22.00 h • Del Carme / 18,00 € C. 20200122

URBAN SKETCHING

Surt, fixa't i plasma-ho en un sketch panoràmic. Dibuixarem in situ allò interessant del nostre voltant.

DEL 9 DE MAIG AL 13 DE JUNY

Dissabtes • 10.00 a 12.00 h • Migjorn / 48,00 € C. 20200123





BALLS I DANSES

BALL SALSA, BACHATA I MERENGUE SENSE PARELLA

Vols ballar salsa i no tens parella? Cap problema, aquest és el teu curs.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 20.00 h • **Migjorn** / **75,00 €** C. 20200124

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 20.00 a 21.00 h • **Del Carme** / **75,00 €** C. 20200125

BALLS EN LÍNIA

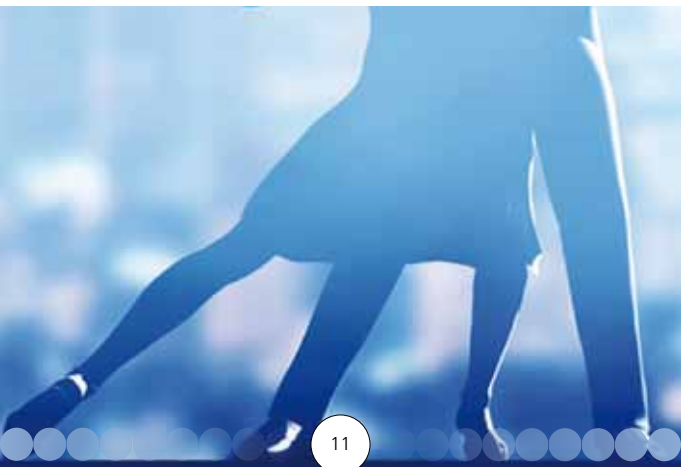
Per a persones a qui els agradi ballar tot tipus de ball i no tinguin parella.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 20.00 h • **Llevant** / **75,00 €** C. 20200126

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 19.00 a 20.00 h • **Del Carme** / **75,00 €** C. 20200127



SWING & LINDY HOP. INICIACIÓ I

Coneix i practica aquest ball que té origen en el jazz dels anys vint als Estats Units i també s'adapta molt bé amb rock, fox i tots els balls que provinguin del jazz.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

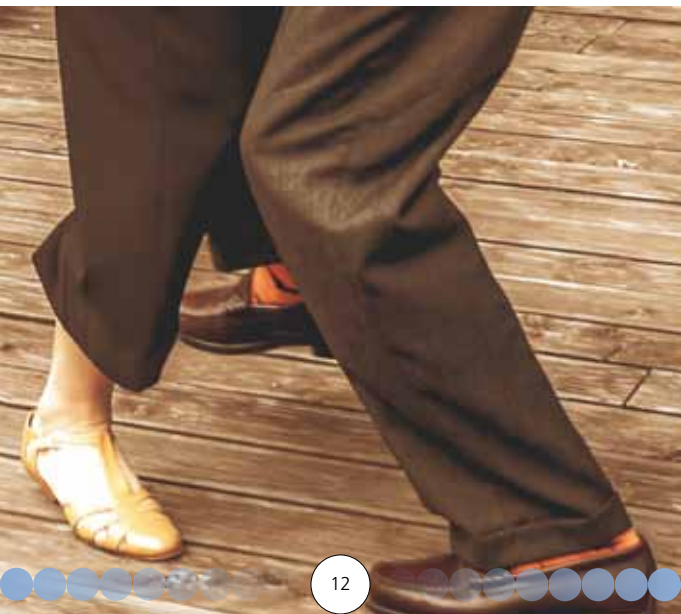
Dimarts • 21.00 a 22.00 h • Migjorn / 75,00 € C. 20200128

SWING & LINDY HOP. INICIACIÓ II

En aquest curs aprendrem passos nous tant de triples com de kicks, realitzant variacions de swing out i de passos amb kicks.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 20.00 a 21.00 h • Migjorn / 75,00 € C. 20200129





CREIXEMENT PERSONAL

ALGUES I SALUT

Coneix els tipus d'algues, les seves propietats i com aprofitar els seus beneficis.

19 I 26 DE MARÇ

Dijous • 18.00 a 19.30 h • Mestral / 18,00 € **C. 20200130**

APRENDRE I GAUDIR DE LA SOLITUD

És el mateix estar sol que sentir-se sol? La solitud ens ajuda a reflexionar i a conèixer la nostra part interior. Treure la part positiva i creativa és un hàbit que pot facilitar el nostre benestar.

5 I 12 DE MAIG

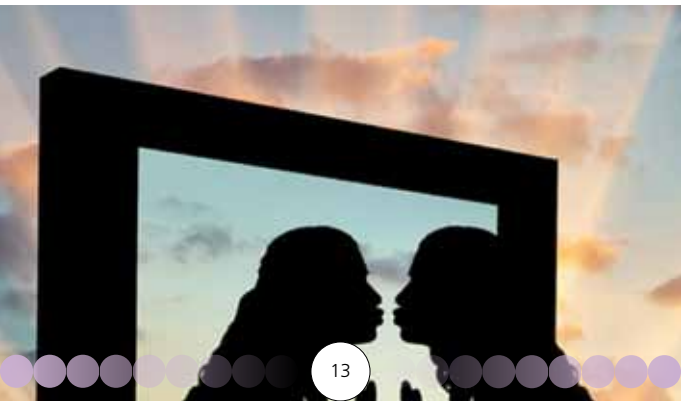
Dimarts • 19.00 a 20.30 h • Mestral / 18,00 € **C. 20200131**

CULTIVAR L'AUTOESTIMA

Aprendrem tècniques i estratègies per millorar el nivell de confiança amb un mateix i aprofitar les nostres capacitats per afrontar qualsevol situació.

DEL 14 AL 28 D'ABRIL

Dimarts • 19.00 a 20.30 h • Mestral / 27,00 € **C. 20200132**



CULTIVAR LA GRATITUD

Donar les gràcies com acte d'amor propi i d'amor als altres. La gratitud és un sentiment i també una actitud que ens ajuda a obtenir una millor autoestima.

10 I 17 DE MARÇ

Dimarts • 19.00 a 20.30 h • **Mestral** / 18,00 € **C. 20200133**

L'AIGUA DE MAR I LES SEVES PROPIETATS

L'aigua de mar ens ajuda a mantenir la nostra salut. Coneix els seus usos més habituals i com aplicar-la.

21 I 28 DE MAIG

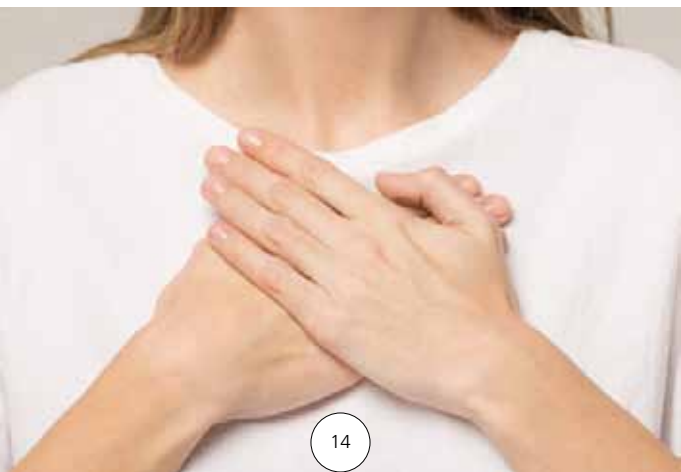
Dijous • 18.00 a 19.30 h • **Mestral** / 18,00 € **C. 20200136**

L'INFANT INTERIOR

Tots nosaltres portem a dins un infant que necessita amor i acceptació, però el tenim present? Tenir cura de l'infant interior en ajuda a mantenir una sana autoestima.

DEL 19 DE MAIG AL 2 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 20.30 h • **Mestral** / 27,00 € **C. 20200137**



LA RODA DE LA VIDA COM A EINA D'AUTOCONEIXEMENT

Com és la meua vida actualment? Coneixerem una eina senzilla i pràctica que ens ajudarà a afrontar els canvis en la nostra vida.

24 I 31 DE MARÇ

Dimarts • 19.00 a 20.30 h • **Mestral** / **18,00 €** **C. 20200138**

LLAVORS I LES SEVES PROPIETATS

Coneix els tipus de llavors, les seves propietats nutricionals i com incorporar-les al teu menú diari.

7 I 14 DE MAIG

Dijous • 18.00 a 19.30 h • **Mestral** / **18,00 €** **C. 20200139**

MEDITACIONS GUIADES

Aprendre a parar el flux constant de pensaments i prendre consciència del teu cos, les teves emocions i els teus pensaments.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 20.00 h • **Del Carme** / **84,00 €** **C. 20200140**

TALLER DE MEMÒRIA I GIMNÀSTICA MENTAL

*Estratègies d'entrenament per estimular i activar les funcions cerebrals.
Recordar per no oblidar.*

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 10.30 a 11.30 h • **Del Carme** / **84,00 €** **C. 20200141**

Dilluns • 11.30 a 12.30 h • **Del Carme** / **84,00 €** **C. 20200142**





FÍSQUES I ESPORTIVES



ESCACS INFANTIL

Per desenvolupar habilitats matemàtiques i resolució de conflictes d'una manera divertida.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 17.30 a 18.30 h • Mas Abelló / 54,00 € C. 20200243

AUTOMAQUILLATGE D'ESTIU

Aprendrem noves formes i colors per a treure el màxim profit de la nostra bellesa.

DEL 4 AL 18 DE JUNY

Dijous • 20.00 a 21.30 h • Migjorn / 27,00 € C. 20200149

COSMÈTICA I SABONS NATURALS

Aprèn a elaborar i personalitzar productes cosmètics, adaptats al teu tipus de pell i a les teves necessitats específiques.

DEL 7 AL 28 DE MAIG

Dijous • 20.00 a 21.30 h • Migjorn / 36,00 € C. 20200150

ESTIRAMENTS I EXERCICIS DE RELAXACIÓ

Exercicis per mantenir la mobilitat i vitalitat, millorar el metabolisme, prevenir l'aparició de deformacions. Influeix sobre el sistema nerviós, muscular...

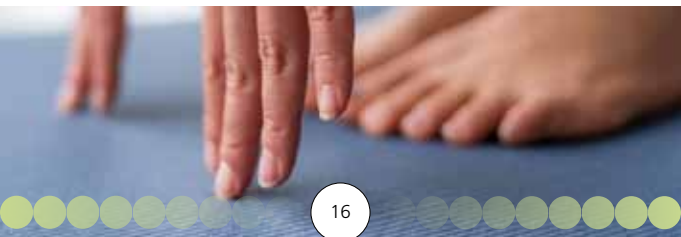
DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 09.30 a 11.00 h • Llevant / 92,93 € C. 20200152

Dimarts • 20.15 a 21.45 h • Ponent / 92,93 € C. 20200153

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 10.00 a 11.30 h • Del Carme / 92,93 € C. 20200151



GIMNÀSTICA FACIAL, POSTURAL I RELAXACIÓ

Exercicis per millorar i tonificar la circulació i la musculatura facial, rectificar postures corporals amb un final relaxant.

DEL 14 D'ABRIL AL 16 DE JUNY

Dimarts • 19.00 a 20.00 h • **Mestral** / 60,00 € C. 20200260

INICIACIÓ AL QUIROMASSATGE

Com a través del massatge podem generar benestar.

DEL 16 DE MARÇ AL 25 DE MAIG

Dilluns • 20.00 a 21.30 h • **Ponent** / 84,00 € C. 20200154

IOGA

Coneix el teu cos mitjançant la respiració, la relaxació i els estiraments.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 09.15 a 10.45 h • **Llevant** / 92,93 € C. 20200155

Dilluns • 19.30 a 21.00 h • **Migjorn** / 92,93 € C. 20200156

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.30 a 20.00 h • **Ponent** / 92,93 € C. 20200157

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 17.00 a 18.30 h • **Llevant** / 92,93 € C. 20200158

Dimecres • 18.30 a 20.00 h • **Mas Abelló** / 92,93 € C. 20200159

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 16.30 a 18.00 h • **Ponent** / 92,93 € C. 20200161

Dijous • 19.30 a 21.00 h • **Del Carme** / 92,93 € C. 20200160

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 09.30 a 11.00 h • **Llevant** / 92,93 € C. 20200162



IOGA AVANÇAT

Millorar la tècnica que ens condueix al perfeccionament de l'ésser humà a nivell físic, mental i espiritual.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 19.00 a 20.30 h • Llevant / 92,93 € C. 20200163

IOGA PER A EMBARASSADES

Indicat perquè la dona embarassada visqui un embaràs agradable i conscient.

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 19.00 a 20.30 h • Migjorn / 92,93 € C. 20200164

IOGALATES

La fusió entre les clàssiques postures del ioga i l'efectiu mètode Pilates.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 15.15 a 16.15 h • Llevant / 84,00 € C. 20200165

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

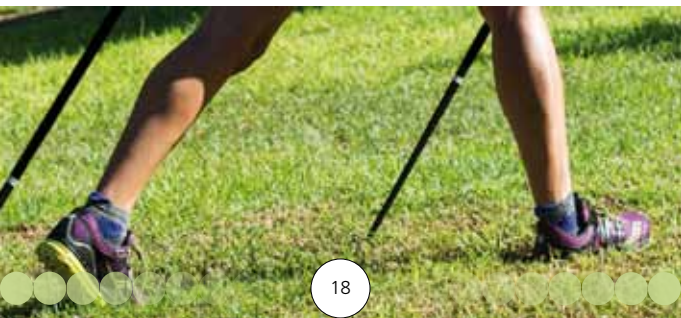
Dijous • 19.00 a 20.00 h • Llevant / 84,00 € C. 20200166

MARXA NÒRDICA

Activitat per a totes les edats, segura, eficaç i equilibrada que ens ajuda a treballar tot el cos de forma simètrica.

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 10.00 a 11.30 h • Del Carme / 92,93 € C. 20200167



PILATES

Exercicis que combinen força, resistència i flexibilitat amb control mental.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 17.00 a 18.00 h • **Del Carme** / **84,00 €** C. 20200168

Dimecres • 18.30 a 19.30 h • **Ponent** / **84,00 €** C. 20200169

TAITXÍ

Meditació en moviment. Consisteix en un conjunt de moviments suaus, fluids i lents.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 17.00 a 18.30 h • **Del Carme** / **92,93 €** C. 20200171

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 09.00 a 10.30 h • **Ponent** / **92,93 €** C. 20200170

ZUMBA

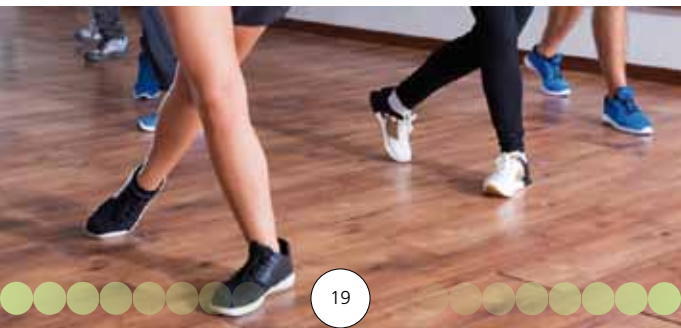
Combina exercicis de tonificació amb passos de ball llatí. Permet tonificar, cremar calories i passar una estona divertida.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 18.30 a 19.30 h • **Del Carme** / **84,00 €** C. 20200172

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 18.30 a 19.30 h • **Ponent** / **84,00 €** C. 20200173





FOTOGRAFIA I CREATIVITAT DIGITAL

CÀMERA RAW

Programa d'edició fotogràfica càmera raw on aprendràs a importar i millorar les imatges sense processar Cal càmera i ordinador portàtil.

DEL 10 AL 31 DE MARÇ

Dimarts • 19.45 a 21.45 h • **Llevant** / 40,00 € **C. 20200174**

CURS PRÀCTIC DE FOTOGRAFIA

Curs principalment pràctic que combina sessió teòrica i pràctiques a l'exterior proporcionant els coneixements generals bàsics per iniciar-se en el món de la fotografia.

DEL 9 AL 30 DE MARÇ

Dilluns • 20.00 a 22.00 h • **Migjorn** / 40,00 € **C. 20200178**



FOTOGRAFIA PER A DISPOSITIUS MÒBILS. INSTAGRAM

Fotografia per a dispositius mòbils. Treu el màxim del teu smartphone, trucs, secrets i millora les fotografies de les teves xarxes socials.

DE L'11 AL 25 DE MARÇ

Dimecres • 20.00 a 21.30 h • **Migjorn** / 22,50 € C. 20200177

DEL 15 AL 29 D'ABRIL

Dimecres • 20.00 a 21.30 h • **Mestral** / 22,50 € C. 20200176

DEL 6 AL 20 DE MAIG

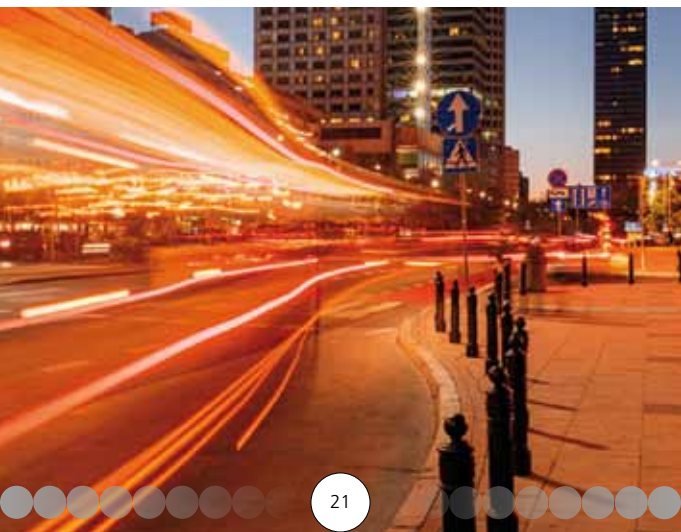
Dimecres • 20.00 a 21.30 h • **Llevant** / 22,50 € C. 20200175

TAST DE FOTOGRAFIA ARQUITECTÒNICA

Curs d'iniciació, teòric i pràctic on aprendràs a descobrir detalls d'edificis i espais singulars, jugant amb l'enfoc i la llum.

DEL 25 DE MAIG AL 8 DE JUNY

Dilluns • 19.30 a 21.30 h • **Mestral** / 30,00 € C. 20200179





GASTRONOMIA



PETITS CUINERS

Desenvolupar-se a la cuina descobrint sabors, olors, textures i cuinar plats fàcils.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 17.30 a 19.00 h • **Migjorn** / **81,00 €** **C. 20200198**

AMANIDES CREATIVES

Amb imaginació i combinant diferents ingredients, elaborarem plats amb aromes, gustos i sabors que ens faran gaudir amb tots els sentits.

4 I 11 DE JUNY

Dijous • 18.00 a 19.30 h • **Mestral** / **22,20 €** **C. 20200200**

CARPACCIOS

Amb diferents tècniques i productes, elaborarem plats originals i refrescants.

2 I 9 D'ABRIL

Dijous • 18.00 a 19.30 h • **Mestral** / **22,20 €** **C. 20200262**

CUINA ÍNDIA

La cuina hindú és una de les més saboroses del món i sorgeix com a resultat de la diversitat de cultures que l'han enriquit al llarg del temps, íntimament relacionada amb el gran us d'espècies, gran varietat de verdures, llegums i arròs basmati.

22 I 29 D'ABRIL

Dimecres • 20.00 a 21.30 h • **Migjorn** / **22,20 €** **C. 20200185**

CREMES DE VERDURA I SOPES D'HIVERN

Quan arriba el fred vénen de gust sopes, els brous i les cremes. Provaràs les millors receptes per mantenir el cos calent amb verdures de temporada i aliments energètics que mantinguin fortes les nostres defenses.

2 I 9 DE MARÇ

Dilluns • 20.00 a 21.30 h • **Llevant** / **22,20 €** **C. 20200250**



CUINA DE CARMANYOLA

Tot un ventall de propostes de plats saludables que et podràs emportar a la feina, d'excursió, de pic-nic per fer un bon àpat. Des de les típiques amanides, els arrebossats, a les receptes més originals.

13 I 20 DE MARÇ

Divendres • 18.30 a 20.00 h • Llevant / **22,20 €** C. 20200186

CUINA DE FRUITS SECS

Són múltiples els beneficis del consum dels fruits secs pel nostre organisme. Fes un pas més enllà de l'snack i incorpora'ls com a part dels ingredients principals als teus àpats a partir de les receptes que t'oferim.

DEL 26 DE MARÇ AL 2 D'ABRIL

Dijous • 19.00 a 21.00 h • Del Carme / **29,60 €** C. 20200187

CUINA DE PICA PICA

Prepara de manera ràpida receptes originals, senzilles i vistoses per «menjar amb els dits» i sorprendre els teus en un obrir i tancar d'ulls!

DEL 17 AL 24 D'ABRIL

Divendres • 19.00 a 21.00 h • Del Carme / **29,60 €** C. 20200188

CUINA ITALIANA

Et proposem un taller on no poden faltar risottos, tiramisú, pizzes casolanes, focaccias... i més receptes típiques que combinen productes senzills, frescos i de qualitat.

DE L'11 AL 25 DE MARÇ

Dimecres • 20.00 a 21.30 h • Migjorn / **33,30 €** C. 20200189

CUINA MARINERA

Aprendre a cuinar els millors plats amb peix econòmic de la nostra costa.

DEL 3 AL 17 DE JUNY

Dimecres • 20.00 a 21.30 h • Migjorn / **33,30 €** C. 20200190



CUINA PER SOLTERS

Desperta la passió per l'art de cuinar. Receptes senzilles i saboroses.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 20.00 a 21.30 h • Migjorn / 119,30 € C. 20200191

CUINA VEGANA

Descobreix els aliments que t'ajudaran a depurar el teu organisme i elabora receptes delicioses que t'ajudaran a tenir un millor benestar físic.

DEL 6 AL 27 DE MAIG

Dimecres • 10.00 a 11.30 h • Llevant / 55,50 € C. 20200192

DOLÇOS, COQUES I POSTRES

Coques de Sant Joan, coques salades, coca de vidre, de sucre, amb crema, amb fruites, pastissos i pastissos i postres de tota mena, omplen les taules de les nostres cases. T'animes a fer de pastisser-a per una estona?

5 DE JUNY

Divendres • 18.30 a 21.30 h • Llevant / 22,20 € C. 20200193

DOLÇOS I LLEPOLIES «SENSE PENITÈNCIA»

Ets llaminer? A ningú li amarga un dolç... o no ho hauria de fer, però per si encara et resisteixes aprendràs a crear la versió més saludable de dolços convencionals i potser d'altres que no ho són tant i, sobretot assaborir-los sense remordiments!

DEL 5 AL 12 DE MAIG

Dimarts • 19.00 a 21.00 h • Del Carme / 29,60 € C. 20200194

ÉS L'HORA DEL BRUNCH

Us mostrarem una varietat de plats, que uneixen dinar i esmorzar ideals per compartir sense pressa. Un dia tranquil amb familiars i amics.

8 DE MAIG

Divendres • 19.00 a 21.00 h • Del Carme / 14,80 € C. 20200195



CUINA AMB ESPÈCIES I HERBES

Aprèn a utilitzar les espècies i herbes aromàtiques per transformar amb condiments i donar un toc diferent als teus plats de sempre.

21 DE MAIG

Dijous • 19.00 a 21.00 h • **Del Carme** / **14,80 €** C. 20200196

QUÈ PUC MENJAR? INTOLERÀNCIES ALIMENTÀRIES

Intoleràncies i al·lèrgies cada cop són més freqüents en la població. Cal conèixer-les per evitar o afavorir els aliments que ens poden millorar la nostra qualitat de vida. Consells i receptes culinàries perquè l'alimentació sigui un plaer.

30 D'ABRIL I 7 DE MAIG

Dijous • 18.30 a 20.00 h • **Llevant** / **22,20 €** C. 20200197

RAW-FOOD. CUINA SALUDABLE I FRESCA I SENSE FOGONS

Alimentació basada en ingredients crus i de procedència vegetal. Coneix els nombrosos beneficis que comporta en la salut.

19 I 26 DE MARÇ

Dijous • 18.00 a 19.30 h • **Mestral** / **22,20 €** C. 20200201

XOCOLATA, A QUI NO LI AGRADA?

Present en molts dels nostres postres, en la rebosteria, a les picades per amorosir plats salats.... un imprescindible de la nostra cuina per poder-ne gaudir en qualsevol moment del dia. Aprèn les seves propietats i tasta les millors receptes.

27 DE MARÇ

Divendres • 18.30 a 21.30 h • **Llevant** / **22,20 €** C. 20200199





IDIOMES

ALEMANY BÀSIC II

Dirigit a persones amb coneixements bàsics de l'idioma, que han fet prèviament un curs de bàsic 1 i que volen seguir l'aprenentatge de l'idioma a través de situacions quotidianes.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 09.30 a 11.00 h • Llevant / **96,75 €** C. 20200202

ALEMANY INTERMEDI

Per aquelles persones que parlin alemany amb un bon nivell i que vulguin desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals i escrites i mantenir i millorar el seu nivell.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 19.30 a 21.00 h • Llevant / **96,75 €** C. 20200203

ANGLÈS INICIACIÓ (nous alumnes)

Per aquelles persones que no hagin tingut contacte mai amb l'anglès i que vulguin endinsar-se i descobrir les habilitats d'expressió i comprensió orals.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 20.00 a 21.30 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200204

ANGLÈS INICIACIÓ

Per aquelles persones que no hagin tingut contacte mai amb l'anglès i que vulguin endinsar-se i descobrir les habilitats d'expressió i comprensió orals.

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 09.30 a 11.00 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200205



ANGLÈS BÀSIC I

Per a aquelles persones amb nocions bàsiques d'anglès. S'estudiaran els verbs: be / have / el present simple i el passat. Vocabulari funcional i d'ús molt pràctic.

DEL 28 DE FEBRER AL 19 DE JUNY

Divendres • 09.30 a 11.00 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200207

ANGLÈS BÀSIC I (continuació)

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 15.30 a 17.00 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200206

ANGLÈS BÀSIC II

Per aquelles persones que parlin anglès amb un nivell bàsic i que vulguin desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals i escrites, mantenir i millorar el seu nivell.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 09.30 a 11.00 h • Mestral / **96,75 €** C. 20200209

ANGLÈS BÀSIC II (continuació)

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 20.00 a 21.30 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200208



ANGLÈS INTERMEDI

Per aquelles persones que parlin anglès amb un bon nivell i que vulguin desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals i escrites i mantenir i millorar el seu nivell.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 11.00 a 12.30 h • **Mestral / 96,75 €** C. 20200210

ANGLÈS PER CONVERSAR PRINCIPIANTS

Per aquelles persones que parlin anglès amb un nivell bàsic (Elementary) i que vulguin desenvolupar les habilitats d'expressió i comprensió orals.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.15 a 19.45 h • **Del Carme / 96,75 €** C. 20200211

ANGLÈS PER CONVERSAR INTERMEDI

Curs pràctic per a persones de nivell mitjà (Pre-Intermediate/Intermediate).

Capaces de comunicar-se en aquesta llengua.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 18.00 a 19.30 h • **Llevant / 96,75 €** C. 20200212

ANGLÈS PER CONVERSAR AVANÇAT

Adreçat a persones amb un nivell mitjà-alt (upper intermediate/advanced). Cada sessió se centrarà en un tema diferent amb la finalitat d'utilitzar lèxics i estructures diverses.

DEL 5 DE MARÇ AL 18 DE JUNY

Dijous • 09.30 a 11.00 h • **Del Carme / 96,75 €** C. 20200213

Dijous • 19.30 a 21.00 h • **Llevant / 96,75 €** C. 20200214



ANGLÈS PER VIATJAR PRINCIPIANTS

Dirigit a persones amb nivells bàsics d'anglès que vulguin aprendre a desenvolupar-se viatjant en anglès en situacions típiques com: reservar una habitació d'hotel, comprar un bitllet, consultar horaris, anar al restaurant...

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 19.00 a 20.30 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200215

ANGLÈS PER VIATJAR AVANÇAT

Dirigit a persones que s'expressen en anglès amb fluïdesa i que volen mantenir el seu nivell a través de converses, reforçar la gramàtica i seguir ampliant el vocabulari adquirit.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 09.30 a 11.00 h • Del Carme / **96,75 €** C. 20200216

FRANCÈS INICIACIÓ (continuació)

L'objectiu del curs és l'adquisició d'un nivell de comunicació mínim en llengua francesa, orientat a l'entorn professional i a la vida quotidiana.

DEL 3 DE MARÇ AL 16 DE JUNY

Dimarts • 16.00 a 17.30 h • Mestral / **96,75 €** C. 20200217

FRANCÈS BÀSIC I

Dirigit a persones amb coneixements molt bàsics de l'idioma, i que volen seguir el seu aprenentatge. Es treballarà tant la fonètica com la gramàtica, nou vocabulari, l'escolta, l'expressió oral i l'escrita.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 17.30 a 19.00 h • Mestral / **96,75 €** C. 20200218





INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

DEL MÒBIL A L'ORDINADOR.

FES EL TEU ÀLBUM FOTOGRÀFIC I COMPOSICIONS

Com importar les fotos del mòbil a l'ordinador, crear un arxiu, seleccionar les millors fotos, millorar-les i editar un àlbum amb la seva presentació.

DEL 4 DE MARÇ A L'1 D'ABRIL

Dimecres • 10.30 a 12.00 h • Llevant / **39,75 €** C. 20200220

COM EDITAR IMATGES I VÍDEOS. NIVELL BÀSIC

Aprèn els diferents formats per tractar o retallar imatges i canviar colors.

DEL 21 DE MAIG AL 4 DE JUNY

Dijous • 09.30 a 11.00 h • Mestral / **23,85 €** C. 20200226

COM EMMAGATZEMAR I ENVIAR DADES

Twitter, Facebook, Instagram, GooglePlus... coneix les xarxes socials i descobreix quina és la que més s'ajusta als teus interessos i activitats.

DEL 12 AL 26 DE MAIG

Dimarts • 18.00 a 19.30 h • Del Carme / **23,85 €** C. 2020219

COM FER PAGAMENTS BANCARIS I COMPRES AMB MÒBIL

Coneix les plataformes més segures i fàcils per comprar per internet.

DEL 30 D'ABRIL AL 14 DE MAIG

Dijous • 09.30 a 11.00 h • Mestral / **23,85 €** C. 20200228



QUÈ MÉS PUC FER AMB EL MEU MÒBIL?

Coneix les aplicacions més utilitzades i resol dubtes.

DEL 19 DE MARÇ AL 2 D'ABRIL

Dijous • 09.30 a 11.00 h • Mestral / **23,85 €** C. 20200221

RESOL ELS TEUS PROBLEMES INFORMÀTICS A LA CARTA

Aquest taller personalitza els teus dubtes perquè ho puguis aplicar a casa.

DEL 14 D'ABRIL A 12 DE MAIG

Dimarts • 10.00 a 11.30 h • Mas Abelló / **39,75 €** C. 20200222

TREU PARTIT AL TEU MÒBIL I TAULETA

Sessions pràctiques per aprofitar aquestes eines tecnològiques en la nostra vida quotidiana.

DEL 5 DE MARÇ AL 2 D'ABRIL

Dijous • 17.30 a 19.00 h • Ponent / **39,75 €** C. 20200223

XARXES SOCIALS: SEGURETAT I NETIQUETTE

T'agrada fer i compartir les teves fotografies amb la família i amics? Saps com emmagatzemar-les? Descobreix com comprimir arxius grans per enviar-los per e-mail i coneix diferents possibilitats per emmagatzemar documents de manera segura a Internet, entre d'altres.

DEL 17 AL 31 DE MARÇ

Dimarts • 18.00 a 19.30 h • Del Carme / **23,85 €** C. 2020224





ALTRES

ASTRONOMIA

Iniciació a observació del cel.

DEL 2 DE MARÇ AL 15 DE JUNY

Dilluns • 19.30 a 20.00 h • Ponent / **96,75 €** C. 20200255

ASTRONOMIA-2

Ens apropem a la tècnica i la instrumentalització.

DEL 4 DE MARÇ AL 17 DE JUNY

Dimecres • 19.30 a 21.00 h • Ponent / **96,75 €** C. 20200043

EDUCACIÓ FELINA

Com millorar els comportaments no desitjats del nostre gat.

DIA 19 DE MARÇ

Dijous • 18.30 a 20.00 h • Mas Abelló / **6,00 €** C. 20200041

COMUNICACIÓ CANINA: MILLORA A LA CONVIVÈNCIA

Millora la convivència a través d'una bona comunicació gos-persona.

DIA 2 D'ABRIL

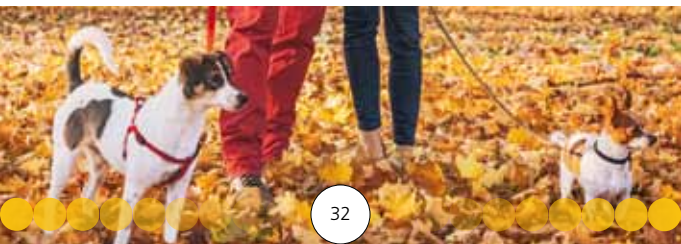
Dijous • 18.30 a 20.00 h • Mas Abelló / **6,00 €** C. 20200042

INICI AL CANICROS

T'agrada córrer amb el teu gos? Vine a aprendre les tècniques més adequades pels dos.

DIA 30 D'ABRIL I 7 DE MAIG

Dijous • 18.30 a 20.00 h • Mas Abelló / **12,00 €** C. 20200040



**OBERT SEMPRE PER A TU
DE 8.00 A 22.00 H**

**Dissabtes i diumenges tardes
al Centre Cívic Migjorn
i Centre Cívic Mas Abelló**



Quedem?



RUTES I MÉS...

VISITA AL MAS TALLAPEDRA

Vine a conèixer el món dels cavalls.

Trobada: Centre Cívic Mas Abelló

Dijous 26 de març • 10.00 h

CAMINADA MAS D'EN GASULL

Caminada saludable amb el grup Pas a Pas del Cap Horts de Miró, tot fent exercici moderat i complementant amb exercicis d'higiene posturals i estiraments.

Trobada: Plaça Horts de Miró

Dimecres 1 d'abril • 10.15 h

VISITA A ESTACIÓ DEPURADORA

Ruta senderista 1,8 km. Punt de sortida Centre Cívic Migjorn.

Roba i calçat còmode.

Trobada: Centre Cívic Migjorn

Dijous 2 d'abril • 09.30 h

VISITA AL MERCAT CENTRAL

Ens rebrà el president dels paradistes i farem un tomb per les diferents parades comentant-ho.

Trobada: Porta principal Mercat Central (carrer Sant Joan)

Dimecres 22 d'abril • 10.00 h



VISITA AL MUSEU. UN BANC DE TRESORS

Itinerari per l'edifici on expliquen la funció per la qual es va construir l'edifici, presenten l'arquitecte Pere Caselles i l'activitat cerc@selles mentre visitem espais no oberts al públic (cambra cuirassada, terrat...) i desxifrem els elements decoratius per entendre la seva simbologia.

Trobada: Museu Reus Salvador Vilaseca - Raval Santa Anna

Dijous 7 de maig • 10.00 a 11.00 h / 11.00 a 12.00 h

CAMINADA

CAMINS DE LA VENJANÇA

Caminada saludable amb el grup Pas a Pas del Cap Horts de Miró, tot fent exercici moderat i complementant amb exercicis d'higiene posturals i estiraments.

Trobada: Plaça Horts de Miró

Dimecres 13 de maig • 10.15 h

***VISITA RUTA MODERNISTA I GAUDÍ CENTRE DE REUS**

Trobada: porta principal Mercat Central. C. Sant Joan

Dijous 21 de maig • 10.00 h

Preu: **3 €**

VISITA LA TARRAGONA MEDIEVAL

(Data i hora per confirmar. Us anirem informant)

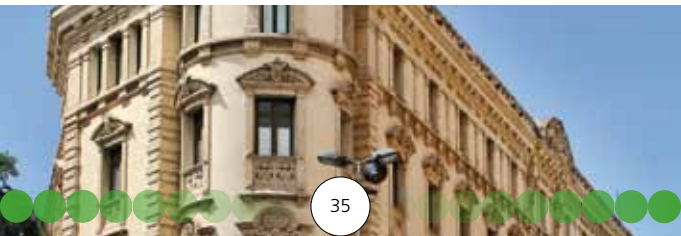
Activitat organitzada en col·laboració amb Centres Cívics de Tarragona

OFICIS DEL MUSEU: RESTAURADOR

Aprendre com restaurar una peça fent de restaurador per un dia i descobrir espais no oberts al públic.

Trobada: Museu Reus Salvador Vilaseca - Raval Santa Anna

Dijous 28 de maig • 10.00 h



SANT JORDI

LECTURA COMPARTIDA

Lectura de textos per gent gran i petita.

Dimarts 21 d'abril • 17.30 h • Migjorn

DE ROSES, DRACS I CONTES LLETRATS

Acompanya'ns a celebrar una diada amb molt d'art. Gaudeix de demostracions en directe i activitats per a tothom... Segur que trobes la teva!

Dimecres 22 d'abril • Mas Abelló

PARADA DE LLIBRES

Llibres per a tothom.

Dijous 23 d'abril • A partir de les 9.00 h • Ponent

LECTURA DE TEXTOS I ACTUACIÓ DE LA CORAL

Actuació de l'escola Rubió i Ors.

Divendres 24 d'abril • 11.00 h • Llevant

X TARDA LITERÀRIA CENTRE CÍVIC LLEVANT

La lectura de textos d'un autor català s'ha convertit en una cita imprescindible per tots els seus participants als voltants dels actes de Sant Jordi.

Divendres 24 d'abril • 18.30 h • Llevant

LA TARDA DEL DRAC

Gaudeix d'una tarda plena d'activitats.

Dimarts 28 d'abril • 17.00 h • Mestral

TARDA MEDIEVAL

Vine a passar una bona estona de jocs i tallers medievals al Mas Abelló.

Dimecres 29 d'abril • 17.00 h • Mas Abelló



EN FAMÍLIA

TALLER DE MOVIMENT LLIURE (de 9 a 18 mesos)

*El moviment lliure com una forma d'acompanyament
al desenvolupament motor.*

Dimarts 17 de març • 17.30 h • Ponent

TALLER DE FANG

Experimentar amb el fang és molt divertit, i amb la família més.

Divendres 27 de març • 18.00 h • Mas Abelló

FES LA TEVA MONA

Elabora la teva mona de Pasqua original.

Dijous 2 d'abril • 18.00 h • Mas Abelló

LABORATORI DE CONTES SENSORIAL (de 0 a 2 anys)

Taller creatiu que cerca la vivència d'experiències al voltant dels llibres.

Dijous 30 d'abril • 17.30 h • Ponent



CÍRC EN FAMÍLIA

Aprèn les tècniques del circ i malabars.

Divendres 8 de maig • 18.00 h • Mas Abelló

LABERINT DE CAIXES (de 2 a 6 anys)

Espai lúdic on treballarem l'orientació, amagar-se, trobar-nos... divertir-nos.

Dijous 21 de maig • 17.30 h • Ponent

TALLER DE FESTA MAJOR

Vine i participa en aquest taller i prepara't per la festa major.

Divendres 5 de juny • 18.00 h • Mas Abelló



**Un espai lúdic i de relació
entre mares, pares i fills al voltant
de diverses activitats**



INSPIRAR, CONÈIXER I COMPARTIR

SÓC AIXÍ, NO HO PUC EVITAR

Com més percebem les respostes automàtiques de la nostra personalitat, menys ens identificarem amb elles.

A càrrec de Joan Gutiérrez

Dijous 5 de març • 20.00 h • Ponent

APRENDRE A ESTIMAR, MÉS ENLLÀ DELS SENTIMENTS!

Reflexions sobre l'amor des del coneixement pràctic, real i quotidià.

A càrrec de Daniel Gabarró

Dijous 16 d'abril • 19.00 h • Ponent

EMOCIONS ATRAPADES

Por, frustració, ira... situacions emocionals que en no ser expressades produeixen un bloqueig energètic, com puc promoure la lliure circulació de l'energia per recuperar l'equilibri i el benestar?

A càrrec de Joan A. Garola

Dijous 14 de maig • 19.30 h • Ponent



**Un espai de conversa i tertúlia que
t'aportarà coneixements i recursos per
viure d'una forma més plena**

GRATUÏT
APUNTA'T
ALS CENTRES
CÍVICS

Tocats pel vent!

BATEGA EL MESTRAL **Centre Cívic Mestral**

**Conèixer el nostre entorn més proper,
les persones que hi treballen, que hi
viuen, que hi passegen. Visitarem alguns
d'aquests espais**

VISITA GUIADA ALS BLOCS BOFILL

Endinsa't dins el conjunt d'arquitectura més peculiar de la nostra ciutat.

Dimecres 29 d'abril • 10.00 h

Dimecres 27 de maig • 19.30 h

VISITA GUIADA ALS HORTS URBANS DEL BARRI GAUDÍ

Vine a conèixer de primera mà als protagonistes d'aquest projecte, ubicat al barri Gaudí i destinat a la gent gran, principalment, de l'àrea més pròxima.

Dilluns 1 de juny • 10.00 h



Tocats pel vent!

RACONS PER DESCOBRRIR Centre Cívic Llevant

El Mas de l'Hort Gran de Pau Miró era un mas de pagès envoltat d'horts i d'arbres fruiters amb una mina que el travessava per banyar els camps i que amb el pas dels anys va quedar enmig dels edificis totalment abandonat. L'any 2010 va tornar a obrir les portes però com un equipament públic, es va repensar com a Centre Cívic.

Coneixerem en cada edició un dels espais que el configuren, obrirem les portes de bat a bat i us convidem a participar de les activitats que hi hem preparat. Comencem amb l'**AULA DE CUINA I RESTAURACIÓ**.

TALLER DE CUINA REFRESCANT. IDEES PER SOPARS A LA FRESCA

Temperatura suau, el dia s'allarga i vénen les ganes de fer moltes coses amb l'estiu a tocar. Guardem les sopes i els rostits per donar pas a les amanides, pastes fredes, coques, cremes refrescants. Comença el temps de revetlles i sopars a la fresca.

Amb la col·laboració de Mas Pintat.

Divendres 29 de maig • 09.30 a 11.00 h

Introduïrem altres racons amb una visita guiada pel centre cívic on podreu conèixer les instal·lacions i una mica de la seva història.

UN PASSEIG PEL LLEVANT

Aquest antic mas de pagès que tenia molta horta, un pati, un refugi i una gran bassa per regar tots els camps ara té moltes aules i espais entranyables per rebre persones que hi vénen a fer coses. Si encara no el coneixes, afegeix-te a la visita guiada per aquests racons.

Amb la col·laboració del grup Pas a Pas del Cap Horts de Miró.

Dimecres 10 de juny • 10.30 h



Tocats pel vent!

VENTS DEL SUD Centre Cívic Migjorn

El Centre Cívic Migjorn, situat a la zona sud de la ciutat, on la gent que hi viu encara diu, *pujo cap a Reus!* Explicarem anècdotes, curiositats, costums, i coneixerem els voltants i la història dels barris i de la seva gent.

TALLERS OBERTS i PARTICIPATIUS

A càrrec de Rosa Casas, antropòloga especialista en gènere

QÜESTIONANT A CUPIDO

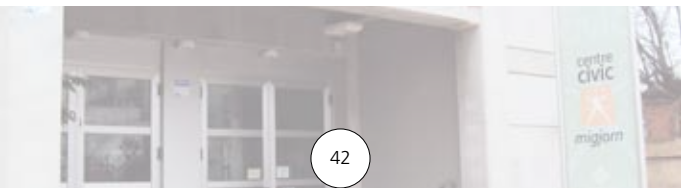
Dijous 30 d'abril • 10.00 h

Activitat-taller destinada a tots els públics, especialment a joves que inicien relacions sexe afectives amb l'amor romàntic com a únic marc conceptual de referència. Es planteja la possibilitat de reflexionar sobre la construcció de l'amor i les obligacions i privilegis que implícitament aprenem unes persones o altres segons el nostre sexe, el nostre rol o el nostre origen.

FILOSOFIA DE L'AMOR I «OTRAS COSAS DEL QUERER»

Dimecres 25 de març • 10.00 h

Sembla increïble que existeixin restriccions a l'hora de gaudir de la nostra sexualitat, malgrat ser lliure i personal, l'opinió social general afirma que el desig sexual neix i pren importància a la joventut, es manté a l'edat adulta i desapareix en la tercera edat. Anem a desmuntar aquest i altres mites referent a l'amor i a la sexualitat. És normal sentir gelosia? Per amor tot s'hi val?...





Tocats pel vent!

EN CLAU DE CENTRE

Centre Cívic Del Carme

Redescobrim la història, curiositats i la vida als voltants del Centre Cívic del Carme, un barri en clau de centre.

VISITA GUIADA AL CENTRE D'AMICS DE REUS

Coneixerem un dels edificis reusencs més carregats de caràcter i història. Fou la casa natal del pintor Marià Fortuny del que se'n conserva encara sa cambra, alberga col·leccions curioses i peculiars i és seu representativa de l'activitat cultural a la nostra ciutat des de fa quaranta anys.

Dijous 14 de maig • 18.00 h

SALAT I BO: EN CLAU D'OBRADOR

El Carme és un dels barris reusencs que aplega petits comerços de proximitat, amb una trajectòria sòlida i dedicació de diverses generacions familiars.

Continuem en clau d'obrador, en aquesta ocasió per conèixer Cal Borrull, un establiment conegut per tots els reusencs per la qualitat dels seus productes artesanals que ens han acompanyat des del 1919. Descobrirem la història dels seus orígens, les curiositats i la tradició i innovació en l'elaboració de les seves especialitats, des de la seva gesta en obrador fins a arribar al taulell del comerç de la Raval.

Visita guiada A L'OBRADOR I COMERÇ DE CAL BORRULL

Dimecres 18 de març • 10.00 h

Visita a l'obrador i botiga



ESPAI JOC OBERT

Centre Cívic Ponent

Aquí hi
**juguem
tots!**



**Espai de
joc obert**



Juga amb els teus fills
en un espai acollidor i estimulant.
Descobreix, experimenta i diverteix-te a
través del joc i de les joguines.



CULTUQUÈ?

Un espai de cultura i sabers que t'endinsarà entre històries, desconegudes i apassionants, per descobrir una nova mirada del nostre passat i present.

L'ART DE MIRAR ART

A càrrec de Marian Martínez

"Frida Kalho, pintura i sofriment".

Mai es va considerar surrealista. *"Sóc una dona que pinto la meva realitat"*

Dimecres 11 de març • 19.00 a 20.30 h • Llevant

A càrrec de Marian Martínez

"Aquarel·la, màgia de la transparència"

Conèixer de la mà de grans pintors la subtil lluminositat de l'aquarel·la: l'art de la suposició.

Dimarts 12 de maig • 17.30 a 19.00 h • Llevant

XERRADA, COL·LOQUI

"CRÒNICA D'UN CAMÍ DE PEDRES". 16 relats

Lectura del testimoni de sentiments, coratge i esperit de superació davant el dolor a través de l'experiència de 16 dones valentes.

**Activitat complementària a l'exposició mensual del Centre Cívic Del Carme*

A càrrec d'Ingrid Vilà Rodríguez

Divendres 17 d'abril • 19.00 h • Casal de les Dones

PERE RIUS I EL TRESOR DEL MUSEU DE REUS

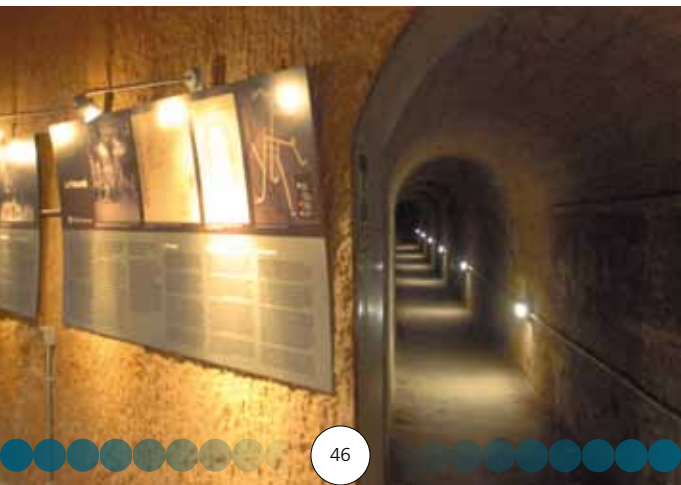
A càrrec d'Helena Sardà

Dimarts 28 d'abril • 19.30 h • **Ponent**

RUTA, REUS A LA GUERRA CIVIL

Ruta per escenaris de la Guerra Civil a Reus

Dimecres 13 de maig • 17.00 h • **Ponent**





Ajuda'ns
a millorar

Digues la teva proposta:

centrescivics.reus.cat

centrescivics@reus.cat



SERVEIS QUE HI POTS TROBAR

BENESTAR SOCIAL

Primera Acol·lida.....	Llevant i Ponent
Infància i Família	Del Carme, Llevant i Ponent
Ocupabilitat.....	Llevant, Migjorn i Ponent
Ocupabilitat / Cicle Formació Bàsica Instrumental	Llevant
Dinamització comunitària.....	Llevant, Migjorn
Pla de desenvolupament comunitari.....	Mas Abelló i Mestral
Formació per a nouvinguts.....	Llevant
Punt assessorament energètic	Llevant, Migjorn i Del Carme
Servei d'intervenció socioeducatiu	Del Carme, Llevant, Migjorn, Mestral Ponent i Mas Abelló (annex)
Estudi Assistit	Mas Abelló
Habitatge.....	Migjorn
Espai Atenció Servei de Primera Acol·lida de Catalunya	Mestral

CASALS DE LA GENT GRAN

Casals als Centres Cívics.....	Ponent, Mestral, Migjorn i Mas Abelló
--------------------------------	--

IMFE

Dispositiu d'Inserció Laboral.....	Del Carme i Ponent
Espai Activa.....	Migjorn, Del Carme i Ponent
Casa d'Oficis.....	Del Carme
Servei de Formació i qualificació (PCI, PTT)	Migjorn
Ubicat.....	Llevant i Migjorn

COMISSARIA EXTERNA DE PROXIMITAT

Comissaria Externa	Ponent, Llevant, Mestral, Mas Abelló i Migjorn
--------------------------	---

SERVEIS HABITATGE

Agència de l'habitatge	Mas Abelló
------------------------------	-------------------

LES ENTITATS AL TEU ABAST



Els **Centres Cívics**
són el punt de trobada
per a la participació
ciutadana de les
associacions
i entitats



ENTITATS

AGRUPACIÓ D'ASSOCIACIONS DE SETMANA SANTA DE REUS
AJUDA'NS A AJUDAR
ASSOCIACIÓ AMICS DE LA GENT GRAN
AMICS DEL CAVALL
ASSOCIACIÓ AMICS DEL RELLOTGE DE REUS
ARMONIA
ASSOCIACIÓ TRASTORN BIPOLAR DE LES COMARQUES DE TARRAGONA
ASSOCIACIÓ AMICS BARRI GAUDÍ
ASSOCIACIÓ ASPERGER-TEA DEL CAMP DE TARRAGONA
ASSOCIACIÓ BICICAMP
ASSOCIACIÓ CATALANA D'AFECTADES I AFECTATS DE FIBROMIÀLGIA
ASSOCIACIÓ CATALANO-RUSSA DE COOPERACIÓ CIENTÍFICA I CULTURAL
ASSOCIACIÓ CORNETES I TAMBORS LA ROSA DE REUS
ASSOCIACIÓ CULTURAL RUMANA DE TARRAGONA
ASSOCIACIÓ DE DONES BLANCA ALMENDRO
ASSOCIACIÓ DE DONES DEL CAMÍ DE VALLS
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS «LA MORENETA» DEL BARRI MONTSERRAT
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS «LA UNIÓN» DEL BARRI JUROCA
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS AMICS DEL BARRI FORTUNY
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS BARRI FORTUNY
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS BARRI GAUDÍ
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS BARRI IMMACULADA
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS BARRI MONTSERRAT
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS "EL ROSERAR"
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS HORTS DE MIRÓ
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS MAS IGLÉSIES
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS PARCEL·LES CASES
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS "ZONA V"
ASSOCIACIÓ DIABETIS DE CATALUNYA
ASSOCIACIÓ FAMILIARS AMB PERSONES AMB
DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I DEL DESENVOLUPAMENT. TBC
ASSOCIACIÓ JUVENIL IRASSHAI
ASSOCIACIÓ LLIGA REUMATOLÒGICA DE CATALUNYA
ASSOCIACIÓ LOS JÍBAROS
ASSOCIACIÓ MANGA ANIME I CULTURA NIPONA-AMAKUNI
ASSOCIACIÓ PRE-JUBILATS I JUBILATS DE TELEFÒNICA
ASSOCIACIÓ CULTURAL PONCELLA DE LA ROSA DE REUS
ASSOCIACIÓ DE PUNTAIRES REUS
ASSOCIACIÓ QUINCHOS UNIVERSITARIS DE NICARAGUA (AQUN)
ASSOCIACIÓ RADIOAFICIONATS DE REUS
ASSOCIACIÓ REUSENCA D'ARTISTES

Llevant
Migjorn
Del Carme
M. Abelló
Del Carme
M. Abelló
Del Carme
Mestral
Llevant
Del Carme
Del Carme
Migjorn
Migjorn
Migjorn
Mestral
Llevant
Migjorn
Migjorn
Migjorn
Migjorn
Mestral
Ponent
Migjorn
Migjorn
Llevant
Migjorn
Migjorn
Migjorn
M. Abelló

Llevant
Llevant
Mestral
M. Abelló
Ponent
Mestral
Llevant
Del Carme
Migjorn
M. Abelló
Migjorn



ASSOCIACIÓ SENEGALESOS DE REUS
ASSOCIACIÓ VEÏNS MARE MOLAS
ASSOCIACIÓ VEÏNS MAS ABELLÓ
ASSOCIACIÓ TEATRAL SCENIUM
ASSOCIACIÓ DE VEÏNS L'HARMONIA DEL CARME
ASSOCIACIÓ DE CERVESERS DEL BAIX CAMP
ASSOCIACIÓ VEÏNS TRES LLITS DEL BARRI DE SANTA TERESA
ASSOCIACIÓ SUPERA'T
CASAL MUNICIPAL DE LA GENT GRAN
CENTRE CULTURAL CASTELLANO MANCHEGO
CENTRE DE NOVES OPORTUNITATS
CLUB ESPORTIU COSTA DAURADA
CLUB ESPORTIU UNIÓ ASTORGA
CLUB SERINUS CIUTAT DE REUS
COLLA DE LA VÍBRIA DE REUS
COLLA GEGANTERA «ELS FÈNIX» DE REUS
COLLA MUSICAL «ELS TRANQUILS»
COR ACORDS DE REUS
COR CIUTAT DE REUS
CORAL VEUS DE LA TERRA
CORO ROCIERO MEZCLA DE RAICES
ESCUDERIA BAIX CAMP
ESPLAI ADAPTAT ELS GIRASOLS
FANOC. FAMÍLIES NOMBROSES DE CATALUNYA
FEDERACIÓ D'AMPAS DE CATALUNYA - FAPAC
FEDERACIÓ D'ASSOCIACIONS DE VEÏNS DE REUS
FRAC. FEDERACIÓ REUSENCA D'ASSOCIACIONS DE CARNAVAL
FUNDACIÓ ADECCO
FUNDACIÓ ECOM
FUNDACIÓ INTERMÈDIA
FUNDACIÓ PONT I GOL
FUNDACIÓ TUTELAR DE DISMINUÏTS PSÍQUICS
GRUP DE CATA DE VINS EL TAP
HAMMADA
HUMAM APPEAL
LA AKADEMIA REUS
LLIGA CONTRA EL CÀNCER COMARQUES TARRAGONA
MOTOAUTOMÒBIL CLUB REUS
PARRÒQUIA SANT BERNAT CALBÓ
PUNT DE VOLUNTARIAT REUS
REUSAMBA
REUS REFUGI
REUS RUGBI CLUB
REUSENC HANDBOL CLUB
UNIÓ BOTIGUERS DE REUS

Migjorn
Ponent
M. Abelló
Del Carme
Del Carme
Del Carme
Del Carme
Del Carme
Ponent
Ponent
Migjorn
Mestral
Migjorn
Migjorn
Del Carme
Migjorn
Del Carme
Migjorn
Del Carme
Ponent
Ponent
Ponent
Migjorn
Del Carme
M. Abelló
Ponent
Del Carme
Mestral
Mestral
M. Abelló
Migjorn
M. Abelló
Ponent
Mestral
M. Abelló
Del Carme
Ponent
Migjorn
Del Carme
Migjorn
Llevant
Migjorn
Migjorn
Llevant

2020 Calendari d'exposicions

	MARÇ	ABRIL	MAIG	JUNY
 Del Carme	DETALLS DE REUS: FERRO, FUSTA I PEDRA <i>Foto Camp Reus</i>	CRÒNICA D'UN CAMÍ DE PEDRES <i>Ingrid Vilà Rodríguez</i>	UNA MIRADA AL MÓN <i>Josep Sendra</i>	EXPOSICIÓ CLOENDA
 Llevant	MITOLOGIA GREGA. EDIFICIS REUS <i>Foto Camp Reus</i>	OCELLS DE LA VALL DEL MALDANELL <i>Josep Sendra</i>	CRÒNICA D'UN CAMÍ DE PEDRES <i>Ingrid Vilà Rodríguez</i>	EL SILENCI DE LES RUNES <i>7 vermells. Grup fotogràfic</i>
	VIII CONCURS FOTOGRÀFIC DE SETMANA SANTA DE REUS <i>Agrupació d'Associacions de Setmana Santa de Reus. MARÇ I ABRIL</i>			
 Mas Abelló	INSECTES (DE LA SERRA DE LA MUSSARA) <i>Josep Sendra</i>	MITOLOGIA GREGA. EDIFICIS REUS <i>Foto Camp Reus</i>	EL SILENCI DE LES RUNES <i>7 vermells. Grup fotogràfic</i>	CRÒNICA D'UN CAMÍ DE PEDRES <i>Ingrid Vilà Rodríguez</i>
 Mestral	OCELLS DE LA VALL DEL MALDANELL <i>Josep Sendra</i>	EL SILENCI DE LES RUNES <i>7 vermells. Grup fotogràfic</i>	MITOLOGIA GREGA. EDIFICIS REUS <i>Foto Camp Reus</i>	EXPOSICIÓ CLOENDA
 Migjorn	CRÒNICA D'UN CAMÍ DE PEDRES <i>Ingrid Vilà Rodríguez</i>	UNA MIRADA AL MÓN <i>Josep Sendra</i>	OCELLS DE LA VALL DEL MALDANELL <i>Josep Sendra</i>	MITOLOGIA GREGA. EDIFICIS REUS <i>Foto Camp Reus</i>
 Ponent	EL VERMELL <i>7 vermells. Grup fotogràfic</i>	UN PASSEIG PER REUS <i>Foto Camp Reus</i>	ANGLÈS QUOTIDIÀ <i>Alumnes IES Gaudi</i>	OCELLS DE LA VALL DEL MALDANELL <i>Josep Sendra</i>

Normes de matriculació

MARÇ - JUNY 2020

PROCÉS DE MATRICULACIÓ

Es considera formalitzada la inscripció quan la persona interessada hagi lliurat tota la documentació requerida al centre cívic i hagi abonat el total de l'import de l'activitat.

PERÍODE D'INSCRIPCIÓ

Del **10 al 21 de febrer de 2020**.
Les matrícules romandran obertes mentre hi hagin places disponibles.

CANALS D'INSCRIPCIÓ

Per internet a:

<http://centrescivics.reus.cat>

Presencialment a les consergeries dels centres cívics en horari de:

9.00 a 13.00 h i de 16.00 a 20.00 h.

DURADA DELS CURSOS

La durada dels cursos –tret dels monogràfics- serà de **15 sessions** compreses entre el **28 de febrer** i el **19 de juny**.

PAGAMENT DELS CURSOS

Els pagaments es podran fer amb targeta bancària al centre cívic o a través d'internet. Els titulars de la targeta daurada gaudiran d'un **15% de descompte**.

DEVOLUCIÓ DE QUOTES

L'organització es reserva el dret d'anul·lar i/o canviar l'activitat, i en aquest cas es retornarà l'import del curs. **Un cop s'hagi iniciat l'activitat no es retornarà l'import de la matrícula.**

Calendari del curs

2020

Febrer

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DM
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

Març

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DM
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Inscripcions 2020

Festius

Període lectiu

Abril

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DM
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Maig

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DM
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Juny

DL	DM	DC	DJ	DV	DS	DM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Festius

Període lectiu

Període no lectiu

Centres Cívics de Reus

centrescivics.reus.cat



CENTRE CÍVIC DEL CARME

977 010 051

cc.delcarme@reus.cat

Pl. Patacada, 10



CENTRE CÍVIC MESTRAL

977 010 039

cc.mestral@reus.cat

Av. Barcelona, 6



CENTRE CÍVIC LLEVANT

977 010 026

cc.llevant@reus.cat

Pl. de l'Hort dels Canonges, 1



CENTRE CÍVIC MIGJORN

977 010 032

cc.migjorn@reus.cat

Riera de l'Escorial, 22-24



CENTRE CÍVIC MAS ABELLÓ

977 010 030

cc.masabello@reus.cat

C. Mas Carpa, 4



CENTRE CÍVIC PONENT

977 010 044

cc.ponent@reus.cat

Av. dels Països Catalans, 106



@centrescivicsreus

Centres Cívics de Reus